

## MODUL DE PREDARE ONLINE A DISCIPLINEI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT LA ELEVII DIN CICLUL PRIMAR

**Țurcanu Alina,**

Liceul Tehnologic Iorgu Vârnăv Liteanu, Suceava, România

**Jurat Valeriu,**

Universitatea de Stat de educație Fizică și Sport Chișinău

**Keywords:** *teaching, online, physical education, primary school*

**Abstract.** *Romanian education faced unprecedented situations, in the conditions of interruption of face-to-face teaching activities, in March 2020: lack of technological means, uncertainty of the duration of suspension of face-to-face activities and the continuation of the school year, conducting professional activities in telework.*

*Thus, we, the teachers, were determined to identify the most adequate informational and technological resources that would allow us to carry out the teaching activities, in the conditions of an exclusively online teaching-learning process.*

**Actualitatea.** *Experiența didactică acumulată la disciplina Educație fizică și sport, în condițiile utilizării diferitelor sisteme tehnologice care au permis continuarea interacțiunii profesor-elev (videoconferințe, streaming, Internet, chat etc.), a stat la baza predării Educației fizice și sportului, în sistem online, fiindu-mi mijloc de cercetare și în lucrarea de doctorat intitulată ”Organizarea procesului instructiv-educativ în lecțiile de educație fizică și sport prin aplicarea tehnologiilor informaționale”.*

*În contextul desfășurării activităților didactice on-line, disciplina Educație fizică și sport s-a confruntă cu restructurări semnificative din mai multe puncte de vedere: al conținuturilor prevăzute de programele școlare, al proiectării didactice, al organizării și desfășurării efective a procesului de învățământ [1, 8]. Asemenea celorlalte discipline din trunchiul comun, la Educație fizică și sport se promovează centrarea pe elev și pe particularitățile acestuia [2, 3, 4]. Ca urmare, competența elevului abordată din perspectiva celor trei componente ale acesteia: cunoștințe, abilități (aptitudini, capacități, deprinderi) și atitudini, a reprezentat latura de interes pentru mine.*

*Programele școlare rămân documentele oficiale pe baza cărora profesorul de educație fizică și sport își desfășoară activitatea didactică. Din programele școlare, competențele generale și specifice sunt elementele obligatorii, în timp ce conținuturile sunt selectate în funcție de particularitățile colectivului de elevi,*

materialele și echipamentele sportive din dotarea unității de învățământ [5, 6, 10]. În condițiile desfășurării on-line a lecțiilor de educație fizică [7, 9, 11], conținuturile instruirii le-am selectat și în funcție de mediul în care elevii au practicat exercițiile fizice (în interior, în aer liber), astfel încât să fie respectate toate cerințele privind siguranța fizică. Am avut în vedere caracterul linear și concentric al programelor pentru a se asigura continuitatea procesului de dobândire a competențelor specifice de către elevi.

**Material și metode.** Pentru realizarea studiului am folosi următoarele metode: metoda studiului bibliografic de specialitate, metoda observației, analiza de documente.

Metoda studiului bibliografic a constat din realizarea unei vaste documentări, prin studierea materialului de specialitate.

Metoda observației este o metodă de cunoaștere cu ajutorul căreia voi obține informații despre obiectul cercetat.

Metoda experimentului pedagogic va fi folosită în scopul demonstrării ipotezei propuse pentru cercetare. Astfel, se presupune că prin utilizarea celor mai eficiente mijloace de către specialiștii de educație fizică și sport se va permite o aplicare mai bună a noilor metode pedagogice, o exploatare a resurselor distribuite la distanță, a muncii în colectiv și o extindere a programelor de învățământ.

**Obiective:**

- Identificarea metodelor și instrumentelor specific predării on-line pentru învățământul primar;

- Implementarea mijloacelor fizice adecvate desfășurării orelor de educație fizică on-line.

**Constatări și rezultate.** În condițiile desfășurării on-line a lecțiilor de educație fizică, au fost și sunt necesare resurse tehnologice (dispozitive de tip laptop, tabletă, telefon) care să asigure comunicarea profesor-elev, precum și resurse informaționale care să faciliteze înțelegerea de către elevi a sarcinilor de lucru specifice Educației fizice și sportului.

Ca urmare, predarea a dobândit note specifice, având în vedere faptul că această disciplină are un puternic caracter practic-aplicativ pe care trebuie să îl mențină chiar și în condițiile învățământului on-line.

Respectarea prevederilor programelor școlare înseamnă asigurarea unui anumit nivel de solicitare fizică al elevilor. În acest fel este compensat și efortul intelectual intens la care elevii au fost supuși pe parcursul zilei de școală și de-a lungul săptămânii, dar și prevenirea instalării deficiențelor fizice consecutive utilizării prelungite a mijloacelor tehnologice în activitatea de învățare.

Prezentarea conținuturilor programelor s-a realizat în relație cu unele resurse educaționale deschise (RED) – manual digitale, materiale audio-video, cu titlu de

exemplu. Am avut la dispoziție și numeroase alte resurse digitale pe care le-am putut valorifica în procesul de predare a Educației fizice și sportului, accesând Internet-ul. Pentru că fiecare profesor a putut crea situații de instruire cu o deosebită valoare formativă, am folosit și diferite înregistrări create de alți profesori, în alte contexte educaționale și le-am valorificat ca modele de bună practică. În acest fel, profesorul a devenit el însuși creator de resurse informaționale și a putut completa în mod constant resursele pe care le-a valorificat în cadrul lecțiilor.

Digitalizarea lecțiilor și predarea online nu defavorizează și nu anulează complet lucrul practic, nu poate fi exact ca lucrul natural, în spațiul corespunzător, cu siguranța materialelor utilizate și cu prezența fizică a profesorului, dar putem organiza lecțiile astfel încât să combinăm lucrul practic individual și colectiv, cu realizarea unor teme, indiferent dacă implică sau nu utilizarea calculatorului, iar temele pot fi cu realizare în lecția respectivă, dar și cu realizare tardivă, implicând căutarea de resurse informaționale cu aplicabilitate tematică practică și/sau teoretică. Am pus accent pe utilizarea unor modele, metode și tipuri de învățare moderne, unde, cu interacțiune profesor-elev, materialele pot fi realizate și prezentate online, dar aplicabilitatea lor este pe parte practică, cu demonstrații și discuții folosind Flipped Room, Hyflex, aplicații Google, etc. aducând eficiență și impact în predare-învățare.

Au fost și multe negări din partea noastră, a profesorilor de specialitate, încă mai contestăm realizarea unor lecții complexe, cu respectarea programelor, cu posibilitatea de demonstrație practică, cu atingerea obiectivelor operaționale și cu urmărirea competențelor specifice sau generale din lipsa reală a spațiului de lucru din casele elevilor. S-a observat, după zile de predare, că ceea ce se întâmpla nu făcea decât să încurce predarea propriu-zisă. Acei copii în on-line, la început, nu beneficiau decât de 20-30% din ceea ce ar trebui să le fie transmis în mod normal.

Hibridul nu se poate realiza “pocnind din degete”, ci trebuie să asiguri totul, înainte de a porni la drum: tablete, camere în clase, ecrane mari care să permită audio-vizual performant, sonorizare bună, indiferent că lecția se efectuează în sala de clasă, sau pe teren, sau în sala de sport. Din cauza lipsei tehnologiei la educație fizică era imposibil ca unii copii să lucreze pe teren iar alții de acasă, astfel ei nu pot beneficia de aceeași atenție și aceleași mijloace de lucru, acestea sunt lucruri de care doar cei care se confruntă direct le pot înțelege concret.

Atenția noastră, a profesorilor, a fost și este pusă greu la încercare prin urmărirea, corectarea, atribuirea de exerciții de lucru diferite și discuția permanentă cu ambele grupuri, pentru a răspunde și la eventuale întrebări, dar și pentru încurajări.

Un lucru important, de care nu trebuie să uităm, este necesitatea supravegherii elevilor de la ciclul primar, pe tot parcursul activității motrice, de către părinți. În cadrul orelor de educație fizică se asigură permanent corectarea, sprijinul fizic și moral, încurajarea nu doar verbală, ci și prin îndreptarea segmentelor corporale, atingerea fizică propriu-zisă, pentru evitarea diferitelor accidentări, ținând cont și de faptul că dezvoltarea simțului corporal și coordonarea tempo-spațială nu este bine dezvoltată până la vârsta de 8-9 ani, perceperea propriului corp orientarea și organizarea spațială fiind încă în formare, la elevii din grupa pregătitoare. Însă, părinții sunt acasă? Pot acorda atenție propriilor copii în acel moment, toți?

Pentru predarea on-line, ceea ce se ușurează este controlul grupei, acum apare echitabilitatea tratării colectivului, însă au apărut întrebări și în acest context, ca de exemplu: cum aș putea lucra și efectua lecția de educație fizică cu respectarea verigilor lecției, cu interactivitate, păstrând creativitatea de la utilizarea ludicului în orice tip de temă și să ating și obiectivele finale, respectând competențele specifice și generale?

Cum altfel s-ar putea face? Răspunsul cred că ține de flexibilitatea și adaptarea profesorului, cu găsire de soluții optime, oportune pentru toată grupa de elevi. Echitabilitatea este greu de atins, dar plecând de la îndrumările „gândiți-vă, aveți grijă, nu riscați, descoperiți și găsiți soluții” am descoperit că putem să ne atingem finalitatea obiectivelor propuse. Pentru predarea în scenariu hibrid, optim este să se lucreze practic, fără restricții, asta este eficiența disciplinei. Secundar, să se lucreze on-line cu toată grupa, existând, astfel, acea echitabilitate a lucrului cu grupa.

O variantă de adaptare, pentru partea de lucru în scenariu hibrid, bazată pe înțelegere din partea părinților și a elevilor este ca partea de început a lecției să se realizeze la comun, partea fundamentală diferit (cei prezenți care beneficiază de spațiu și materiale netransmisibile să profite de acest lucru, iar cei de acasă, cu spațiu restrâns și imposibilitate de a executa toate exercițiile, să primească un link cu exerciții mai mult statice, adaptate spațiului lor de lucru), iar revenirea după efort, partea de încheiere să regroupeze colectivul de elevi. Pe moment, fără a mă opri din căutare, mi-am dat seama că aceasta este o relativă soluție. Umblatul cu laptopul/tableta prin curtea școlii, reglarea monitorului pentru a putea fi vizualizat totul de către cei de acasă, mutarea laptopului/tabletei dintr-un loc în altul, în funcție de spațiul în care execut un alt exercițiu, toate acestea sunt lucruri care pot da de furcă și necesită exercițiu și experiență.

În urma multiplelor webinare naționale la care am participat în această perioadă, am conștientizat că se poate realiza lecția de educație fizică cu predare online. Am dat peste multe aplicații (precizez că folosesc și materiale create în

Canva, Quizizz, chestionare Google forms, puzzle în JIGSAW PLANET, PADLET-uri, LEARNING APPS, GOOGLE SLIDE, WORD WALL, alte aplicații Google), am descoperit tipuri de învățare pe care le putem integra eficient pe tot parcursul susținerii lecțiilor, putem apela la metode diferite de lucru, cum ar fi FLIPPED ROOM sau modelul de lecție UCL (University College London).

Bineînțeles, nu uităm de jocurile interactive utilizate atât la începutul lecției, pentru crearea unei atmosfere destinate și pentru contactul prim cu clasa, dar și pe parcursul lecției, pentru a se evita monotonia posibilă, însă și la finalul lecției, pentru a încheia cu o stare optimă și veselă și pentru a înlătura o eventuală oboseală fizică instalată de la exercițiile utilizate pe parcursul lecției (metode interactive de joc și joacă).

Diversitatea lecției de educație fizică în contextul actual, cu o digitalizare intensă a activităților de predare, dar și de învățare, va trece dincolo de lucrul practic al profesorului în fața camerei, iar elevii vor lucra în paralel cu el, sau dincolo de trimiterea de link-uri cu filmulețe după care elevii să lucreze, iar profesorul să corecteze și să îndrume de „dincolo” de camera video a telefonului, tabletei sau calculatorului personal. Vom putea urmări anumite tipuri de lecții de educație fizică în care se combină practicul cu teoria, lucrul individual cu cel de grup, spiritul de echipă, colectivul cu personalul fiecăruia, creativitatea și reacțiile spontane cu cele bine gândite cu ceva timp înainte de prezentare „flipped room” este o abordare pedagogică în care instruirea directă se mută din spațiul de învățare de grup în spațiul de lucru individual, iar spațiul de grup se transformă într-un mediu de învățare dinamic, interactiv, în care profesorul devine îndrumător pentru elevii angajați creativ în diferite subiecte. “Clasa inversată”, clasa orientată spre discuții, clasa orientată spre demonstrații, metoda grupului, înlocuirea profesorului sunt metode FLIPPED CLASSROOM, cu diferite avantaje, printre care și acela că, dacă un elev a absentat din diferite motive, această absență nu va diminua bagajul informațional, fiecare învățând în ritm propriu.

Totodată, un alt avantaj este acela că au mai mult timp de colaborare în echipă, vor veni cu informații din surse suplimentare, cu întrebări, opinii, păreri, adică nu vor avea doar subiectul și informațiile predate de către profesor, ci vor descoperi prin căutare individuală sau prin intermediul lucrului în echipă, prin colaborare și comunicare. Toate acestea le vor spori înțelegerea, simțul responsabilității și aprofundarea subiectului nu numai teoretic, ci și practic.

**Concluzii.** O pregătire suplimentară, o parcurgere a unor cursuri de digitalizare, plus abilitățile practice ale cadrului didactic, alături de aptitudinile acestuia de a gestiona grupurile de lucru vor mai ușura un pic din impactul trecerii sistemului educațional complet la predarea online.

Educația fizică presupune o întreagă paletă de acțiuni și activități, a căror finalitate trebuie să se regăsească în dezvoltarea individului sau a unui grup, selecția mijloacelor utilizate fiind o prioritate, indiferent că lecțiile se desfășoară în mod tradițional sau în mediul online.

În etapa de predare în mediul online, proiectarea și desfășurarea lecțiilor, în condițiile distanțării sociale, trebuie să încurajeze și să promoveze participarea la această activitate.

Consider că este oportun ca programele analitice și celelalte documente de planificare a activităților didactice să fie realizate și pentru varianta în care orele se vor desfășura în mediul on-line.

Un alt aspect care necesită atenție este îndreptat asupra evaluării, care, din punctul meu de vedere, nu trebuie realizată pentru a crea panică sau a speria elevii, ci mai degrabă, pentru a-i încuraja să practice exercițiile fizice din plăcere, pentru a combate tipul de comportament sedentar, pentru a-și îmbunătăți parametrii funcționali, chiar și în această perioadă de restricții.

În ceea ce-i privește pe profesorii de educație fizică, consider că, în această modalitate, ei trebuie să stabilească un alt tip de conexiune cu elevii, în sensul apropiării de aceștia și direcționării lor spre satisfacerea cerințelor motrice individuale, particulare. Acest fapt se poate transpune în atragerea elevilor spre practicarea în mod voluntar a exercițiilor fizice, nu ca urmare a unei „constrângerii legale”.

Sublinierea efectelor exercițiilor fizice în combaterea depresiei, anxietății, stresului și incertitudinii, poate conduce la creșterea nivelului de încredere în propria persoană, a stării de spirit, la crearea unei dispoziții benefice în rândul practicanților.

Starea de sănătate fizică și psihică a fiecărui elev trebuie să fie o prioritate principală pentru fiecare profesor de educație fizică în cadrul lecțiilor pe care le conduce.

### Bibliografie

1. Botnariuc P., Cucos, C., Glava, C., Iancu, E.D., Ilie, D.M., Istrate, O., Velea, S. *Școala Online – Elemente pentru inovarea educației*. București: Editura Universității din București, 2020.
2. Dulamăb M.E. *Cum îi învățăm pe alții să învețe*, Clusium, Cluj-Napoca 2009.
3. Guțu, Vl. (coord.), Chicu, V., Dandara, O., Solcan, A., Solovei, R. *Psihopedagogia centrată pe copil*. Chișinău: USM, 2008.
4. Lazăr, M.-A. *Învățarea prin e-learning: azi o provocare, mâine normalitate*. În: *Sesiunea Județeană de Comunicări Științifice a Cadrelor Didactice*. Deva, 2005.
5. Negură, I. Valențele formative ale învățării semnificative. În: *Optimizarea învățământului în contextul societății bazate pe cunoaștere*: Conferința Științifică Internațională. IȘE. Chișinău, 2013.

6. Balint, E. *Instruirea asistată de calculator – în baza programului expert de pregătire sportivă a echipelor de handbal feminin*, Teza de doctor, Chișinău, 2004.

7. Ghervan, P., Rață, E. Studiu privind parametrii biologici la handbaliștii echipei naționale de handbal. În: *Gymnasium*, Scientific Journal of Education, Sports and Health, 2014, p. 125-130.

8. Pasăre, D., Rață, E. The development of young school children through the psychomotor activity. În: *The annals of the "Stefan cel Mare" University*, Volum VII issue 1, 2014.

9. <https://elena1r.wixsite.com/efs-online/ora-efs-prin-internet>

10. [http://www.isjsb.ro/d2020/Repere%20metodologice%20Ed%20fizica-sport-edp%20\(2\).pdf](http://www.isjsb.ro/d2020/Repere%20metodologice%20Ed%20fizica-sport-edp%20(2).pdf)

11. [https://www.psih.uaic.ro/wp-content/uploads/sc\\_onl\\_rap\\_apr\\_2020.pdf](https://www.psih.uaic.ro/wp-content/uploads/sc_onl_rap_apr_2020.pdf)